|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lunes** | | | **Martes** | | | **Miércoles** | | | **Jueves** | | | | | **Viernes** | | | | |
| Los totales incluyen plato principal, acompañamientos, postre, fruta, pan, leche y margarina.  ¿Preguntas sobre nutrición? Contacta con Leigh @ 978-651-3023 or lhartwell@agespan.org  *fish_-_cartoon_01[1]*= Alternativa para el pescado disponible | | | | | | **1**  **Dia De Año Nuevo Comidas No Seran Servidas** | | | **2** Pasta Con Habichuelas  Coliflor  Pan De Avena  Galleta | | | | | **3** Perro Caliente  Habichuelas Al Horno  Peras Calentadas  Ensalada De Repollo  Pan | | | | |
| Cal  910 | | Pro  35 | | Na  1060 | Cal  830 | | Pro  30 | Na  1480 | |
| **6** Carne De Res Guisada  Pure De Papas  Bollo  Pudin | | | **7** Pavo En Salsa Blanca Con Vegetales  Batata  Maiz  Pan Multigranos  Piña | | | **8** Pollo Citrico Con Hinojo  Risotto  Brocoli  Galleta  Pan De Avena | | | **9** Cerdo Con Miel Y Ajo  Arroz Integral  “Repollitos”  Pan  Compota De Manzanas | | | | | **10** Berenjena Empanizada Con Queso  Pasta  Calabacin  Pan  Mandarinas | | | | |
| Cal  805 | Pro  35 | Na  1065 | Cal  745 | Pro  40 | Na  900 | Cal  830 | Pro  40 | Na  1190 | Cal  795 | Pro  45 | | Na  650 | | Cal  705 | Pro  30 | | | Na  1190 |
| **13** Pavo Con Salsa Blanca  Pure De Papas  Judias Verdes/Vainitas  Pan De Avena  Fruta Fria | | | **14** Revoltillo De Huevos  Salchicha De Pavo  Papas Al Horno  Zanahorias  Mollete  Yogur, Jugo | | | **15** Pollo En Salsa Asiatica  Mezcla De Vegetales  Fideos Asiaticos  Bizcocho  Pan | | | **16** Coditos Con Carne Molida  Calabacin  Pan Al Ajillo  Mandarinas | | | | | *fish_-_cartoon_01[1]***17** Pescado Empanizado  Mezcla De Vegetales  Crujiente de Frutas  Pan  Ensalada Verde | | | | |
| Cal  540 | Pro  35 | Na  1180 | Cal  790 | Pro  30 | Na  1030 | Cal  735 | Pro  35 | Na  1085 | Cal  735 | Pro  40 | | Na  775 | | Cal  705 | Pro  30 | | | Na  980 |
| **20**  **Comidas No Seran Servidas En El Dia De Martin Luther King Jr.** | | | **21** Cerdo En Salsa Agria Y Dulce  Judias Verdes/Vainitas  Arroz Con Vegetales  Pan Integral  Piña | | | **22** Pastel De Carne Mechada  Pure de Papas  Piti Puas  Pan De Avena  Bizcocho | | | **23** Pollo En Salsa Cremosa De Tomates  Quinoa  Mezcla De Vegetales  Pan  Mandarinas | | | | | **24** Pasta Ravioli Con Limon Y Albahaca  Espinacas  Pan Multigranos  Pudin | | | | |
| Cal  750 | Pro  40 | Na  710 | Cal  735 | Pro  40 | Na  940 | Cal  855 | Pro  35 | | Na  1080 | | Cal  915 | Pro  35 | | | Na  805 |
| **27** Pollo  Ajies Y Cebollas  Arroz  Habichuelas Negras  Tortilla  Fruta Fria | | | **28** Albondigas En Salsa De Tomates  Maiz  Trozos de Papas  Pan  Mandarinas | | | **29** Carne De Res Con Champiñones  Pure De Papas  Remolachas  Pan De Maiz  Gelatina | | | **30** Jamon  Batata  Dulce De Pan Calentado  Pan  Ensalada Verde | | | | | **31** Coditos Con Queso  Piti Puas  Pan De Avena  Naranja | | | | |
| Cal  670 | Pro  40 | Na  1060 | Cal  835 | Pro  35 | Na  1195 | Cal  640 | Pro  30 | Na  965 | Cal  845 | Pro  35 | | Na  1330 | | Cal  735 | Pro  30 | | | Na  1150 |

**Para cancelar comidas, llame al 978-686-1422 al menos 24 horas antes del servicio**

**El menú está sujeto a cambios sin previo aviso**

Se sugiere una donación confidencial de $ 2.00 por comida. Cartas de donación enviadas mensualmente.